Diana

N° 92 · F: € 2,70
B/L: € 2,50 · SFR 4,90 · CAN$ 4,50 · DOM: € 2,90 · TUN: DTU 3,700 · MAR: 30 DH · TOM: 450 XPF

La pâtisserie facile

L 19263 - 92 - F: 2,70 € - RD
Janvier 2009
Parution trimestrielle

Gâteaux à la pomme

fraîcheur et moelleux garantis

Notes de l'éditeur

Ce titre est édité par
BPV Medien Vertrieb GmbH & Co. KG
Römerstraße 90
D-79618 Rheinfelden

Directeur de la publication:
Bozidar Luzanin

Responsable de la rédaction:
Gundula Steinert

Directrice de la rédaction internationale:
Gertrud Herberth

Directeur commercial:
Hans-Jürgen Schatz

Distribution
France:
M.L.P.
F-38070 St.-Quentin-Fallavier
Belgique:
AMP
rue de la Petite Ile 1
1070 Bruxelles

Service abonnements pour la Suisse et la France:
Dynapresse Marketing SA
38, avenue Vibert
CH-1227 Carouge/GE
Suisse
Tel.: +41 (0)22 308 08 08
Fax: +41 (0)22 308 08 59
Email: abonnements@dynapresse.ch

Service abonnements pour la Belgique:
PARTNER PRESS
rue de la Petite Ile 1
1070 Bruxelles – Brussel
Tel.: 02/556.41.40
Fax: 02/525.18.35
email: partnerpress@ampnet.be
Compte bancaire: 210-098161830

Imprimerie:
OZ-Druck & Medien GmbH
Römerstr. 90, 79618 Rheinfelden
Imprimé en Allemagne

© by OZ-Verlags-GmbH 2009

Tous les droits sont réservés. Le contenu du journal est protégé par des droits d'auteur. Toute reproduction à des fins commerciales est interdite.
Une re-publication est illicite. L'éditeur et la rédaction déclinent toute responsabilité au sujet des photos, dessins et manuscrits non demandés. Toutes les explications sont données sans garantie.

Chers lecteurs,

La pomme est un fruit très aromatique, idéal pour la pâtisserie. Il existe de très nombreuses variétés de pommes, allant de la fraîche et acidulée à la sucrée et aromatique. Notre petit exposé sur les pommes à la page 24 vous guidera pour faire votre choix en fonction de vos goûts.
Les pommes s'accommodant de toutes les pâtes, nous vous proposons des recettes en pâte brisée, briochée, à biscuit, à l'huile et feuilletée. Découvrez également notre recette inédite en pâte à la pomme de terre. Des génoises vous permettront de confectionner des gâteaux à la crème et des roulades. Vos gâteaux gagneront en fraîcheur si vous les fourrez ou garnissez avec une crème au fromage blanc, du flan, de la pâte d'amande, de la crème chantilly, des amandes ou des pistaches. Toutes les formes sont représentées : du gâteau rond au rectangulaire jusqu'aux gâteaux individuels. A vous de faire votre sélection. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à déguster ces délicieux gâteaux accompagnés d'une tasse de café.

Votre rédaction

Sommaire des recettes :

page

Tarte au fromage blanc et aux amandes 3
Gâteau à la pomme et sirop de betterave 4/5
Tarte à la pomme et aux pistaches 6
Gâteau à la pomme nappé à la pâte d'amande 7
Gâteau à la pomme et pâte d'amande 8
Gâteau à la pomme et aux amandes 9
Tarte fourrée à la pomme 10
Gâteau à la pomme et quetsche 11
Gâteau à la pomme et au croquant 12/13
Gâteau au beurre fourré de flan à la pomme 14/15
Gâteau à la pomme et crème chantilly 16
Gâteau à la pomme et crème 17
Chaussons aux pommes en pâte à la pomme de terre 18/19
Chaussons aux pommes et crème de cacahuète 20/21
Gâteau fourré à la pomme et aux cacahuètes 22
Tarte aux pommes 23
Roulade à la pomme 25
Gâteau à la pomme, 3 en 1 26
Tarte à la pomme avec nappage au fromage blanc 27
Cake à la pomme et aux fruits secs 28
Cake onctueux à la pomme 29
Gâteau léger à la pomme 30

Tarte au fromage blanc et aux amandes

Ingrédients :

Pour la pâte briochée :

250 g de farine
1/2 cube de levure de boulanger
100 ml de lait
50 g de sucre, 50 g de beurre
jus et zeste d'1/2 citron non traité
1 œuf

Pour la garniture :

50 g de gelée de pomme
1 kg de pommes
75 g de raisins secs
500 g de fromage blanc (20 % de m.g.)
4 œufs, 150 g de sucre
1 sa. de sucre vanillé
zeste d'1 citron
100 g d'amandes effilées

Il faut également :

50 g de confiture d'abricot
farine pour le plan de travail
graisse pour le moule

Renferme en tout : env. 155 g de protéines, 167 g de graisse, 695 g de glucides = 4.835 kcal = 20.239 kjoules.

Préparation :

1. Pâte : tamiser la farine dans un saladier, creuser une fontaine dans le milieu, émietter la levure et la délayer avec le lait tiède, le sucre et un peu de farine. Couvrir et laisser monter à un endroit chaud pendant 15 min.

2. Ajouter le beurre ramolli, le jus et le zeste de citron râpé et l'œuf et travailler le tout sur le plan de travail fariné jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Couvrir et laisser monter encore une fois pendant 30 min. à un endroit chaud jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume. Pétrir encore une fois.

3. Graisser un moule (26 cm Ø) et le foncer de pâte en relevant un bord de 3 cm. Répartir la gelée de pomme sur la pâte et laisser monter encore une fois pendant 15 min.

4. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en tranches et disposer sur la pâte. Répartir les raisins secs rincés à l'eau au préalable et égouttés.

5. Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Travailler le fromage blanc avec les jaunes, le sucre, le sucre vanillé et le zeste de citron râpé. Battre les blancs en neige et les soulever à l'appareil. Répartir la préparation sur les pommes, lisser. Garnir d'amandes effilées.

Conseil : pour renforcer l'arôme des amandes faites-les griller dans une poêle sans graisse.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 60 min.

Si le dessus fonce trop vite le couvrir de papier aluminium.

6. Faire chauffer la confiture d'abricot, la passer au chinois et en napper le dessus de la tarte à la sortie du four.

7. Laisser refroidir la tarte sur une claie à pâtisserie. Couper en parts au moment de servir.

Conseil : la tarte au fromage est à point si le dessus rebondit à la pression de la paume de la main.

Ingrédients :

Pour la pâte :

300 g de farine
1 cuil. à café de levure chimique
125 g de sucre
1 sa. de sucre vanillé
175 g de beurre
1 œuf, 2 jaunes d'œufs

Pour la garniture :

1,5 kg de pommes acidulées (par ex. boskop)
jus d'1 citron
200 ml de jus de pomme
200 g de sirop de betterave à sucre
2 sa. de poudre de flan à la vanille

Pour le nappage :

2 blancs d'œufs
1 pincée de sel
400 g de pâte d'amande brute
4 cuil. s. d'amaretto
5 gouttes d'extrait d'amande amère

Il faut également :

1 plaque à pâtisserie
graisse pour la plaque
film alimentaire
un peu de farine
1 poche à pâtisserie à embout étoilé

Renferme en tout : env. 101 g de protéines, 304 g de graisse, 1.055 g de glucides = 7.389 kcal = 30.930 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine avec la levure dans un saladier, ajouter le sucre et le sucre vanillé et pétrir rapidement avec tous les autres ingrédients indiqués jusqu'à obtention d'une pâte homogène. Ramasser en boule, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer au froid pendant env. 30 min.

2. Entre-temps graisser la plaque. Eplucher les pommes, les épépiner, couper en tranches. Mettre les pommes dans une casserole, les arroser de jus de citron et les faire étuver. Les égoutter et laisser tiédir.

3. Avec un mixeur réduire les pommes en compote avec le jus de citron et le sirop de betterave, …

… incorporer la poudre de flan.

4. Sortir la pâte du réfrigérateur, l'abaisser sur la plaque graissée en relevant un bord.

Piquer le fond avec une fourchette pour éviter que la pâte ne se boursoufle à la cuisson.

5. Répartir la préparation à la pomme sur la pâte, lisser.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 25 min.

6. Entre-temps préparer le nappage : battre les blancs en neige très ferme avec le sel dans un saladier

Photo : Bildarkiv

Gâteau à

parfaitement propre. Réserver les blancs au réfrigérateur.

la pomme et sirop de betterave

7. Couper la pâte d'amande en petits morceaux, la travailler avec l'amaretto et l'extrait d'amande amère, …

… soulever les blancs en neige à 4 la préparation et travailler jusqu'à obtention d'une crème.

Mettre la crème dans la poche à embout étoilé et décorer le dessus du gâteau d'une grille.

8. Enfourner le gâteau à nouveau pour env. 12-15 min. à la même t°. Le sortir du four et laisser refroidir.

Gâteau à la pomme et pistaches

Fruits délicieux bien cachés

Ingrédients :

Pour la pâte :

250 g de beurre ou margarine
200 g de sucre glace
6 œufs
300 g de farine
2 cuil. à café de levure chimique
150 g de pistaches hachées
250 g de pommes aromatiques

Il faut également :

graisse pour le moule
un peu de sucre glace pour saupoudrer

Renferme en tout : env. 107 g de protéines, 323 g de graisse, 493 g de glucides = env. 5.424 kcal = 22.705 kjoules.

Préparation :

1. Battre la graisse à t° ambiante en mousse avec le sucre tamisé, incorporer les œufs un à un. Tamiser la farine avec la levure, l'incorporer à la graisse à la cuillère, incorporer la moitié des pistaches.

2. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en fines tranches.

3. Graisser un moule d'env. 26 cm Ø. Y verser la moitié de la pâte, garnir de tranches de pommes et répartir le reste de pistaches sur les pommes. Terminer en couvrant avec le reste de pâte.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 60 min.

4. Démouler le gâteau sur une claie à pâtisserie au bout de 10 min. env. et le laisser refroidir. Saupoudrer le bord de sucre glace.

Tarte à la pomme et pâte d'amande

Ingrédients :

Pour la pâte :

210 g de farine, 150 g de beurre
2 jaunes d'œufs, 1 cuil. s. de rhum
1 pincée de sel, graisse pour le moule
farine pour le plan de travail

Pour la garniture :

1/2 sa. de poudre de flan à la vanille
1 cuil. s. de sucre, 1/4 l de lait
30-50 g de pâte d'amande brute
500 g de pommes (variété à loisir)
100 g de poudre d'amandes ou de noisettes
150 g de sucre roux
2-3 cuil. s. de calvados
(ou jus de citron)
3 œufs, 1 jaune d'œuf

Renferme en tout : env. 76 g de protéines, 227 g de graisse, 460 g de glucides = 4.279 kcal = 17.912 kjoules.

Préparation :

1. Préparer une pâte avec les ingrédients indiqués et la laisser reposer au froid.

2. Abaisser 2/3 de la pâte en un cercle d'env. 30 cm Ø sur le plan de travail fariné. Graisser un moule à manqué (env. 24 cm Ø) et le foncer de pâte en relevant un bord de 3 cm.

3. Délayer la poudre de flan et le sucre dans 2 cuil. s. de lait. Mélanger le reste de lait avec la pâte d'amande coupée en très petits dés, porter à ébullition, verser le lait avec la poudre de flan et laisser épaissir. Laisser refroidir en remuant de temps en temps.

4. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, râper. Mélanger avec les noisettes, le sucre et le calvados. Battre les blancs en neige et les incorporer au reste.

5. Répartir la préparation à la pâte d'amande sur la pâte et les pommes par-dessus. Abaisser le reste de pâte, découper de fines bandes et les disposer en dessinant une grille sur le dessus de la tarte. Dorer la grille au jaune d'œuf brouillé.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 200°, four à chaleur tournante 180°, gaz t° 3.
Temps de cuisson : env. 40 min.

Gâteau à la pomme nappé à la pâte d'amande

Ingrédients :

Pour la pâte :

300 g de farine, 2 cuil. à café de levure chimique

125 g de sucre, 1 sa. de sucre vanillé

175 g de beurre, 2 œufs, 2 cuil. s. de rhum

Pour la garniture :

1,5 kg de pommes acidulées (par ex. boskop)

jus d'1 citron

150 g de purée de marron (en boîte)

Pour le nappage :

4 œufs, 1 pincée de sel

1 sa. de poudre de flan à la vanille

100 g de sucre, 200 ml de crème fleurette

200 g de pâte d'amande brute

500 ml de lait entier

5 gouttes d'extrait d'amande amère

Il faut également :

1 plaque et 1 cadre à pâtisserie

graisse pour la plaque

film alimentaire

150 g de gelée de pomme ou d'abricot

un peu de farine, 3 cuil. s. de calvados

2 cuil. s. de sucre en granulés, évent. quelques feuilles de citronnelle

Renferme en tout : env. 152 g de protéines, 371 g de graisse, 1.085 g de glucides = 7.850 kcal = 32.860 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine avec la levure dans un saladier, ajouter tous les autres ingrédients et pétrir. Ramasser la pâte brisée en boule, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer au froid pendant env. 30 min. Graisser la plaque.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en tranches. Les mettre dans un saladier, les arroser de jus de citron et réserver.

3. Abaisser la pâte raffermie sur la plaque en relevant un bord. Piquer le fond avec une fourchette pour éviter que la pâte ne se boursoufle à la cuisson. Poser le cadre autour de la pâte. Etaler la purée de marrons sur la pâte et garnir de tranches de pommes. Réserver à un endroit frais.

4. Pour le nappage séparer les blancs des jaunes d'œufs. Battre les blancs en neige très ferme avec le sel dans un saladier parfaitement propre. Les réserver au frais.

5. Travailler les jaunes d'œufs avec la poudre de flan, le sucre et la crème fleurette. Couper la pâte d'amande en très petits dés. Faire chauffer le lait dans une casserole en ajoutant l'extrait d'amande amère, incorporer la pâte d'amande en remuant. Ajouter la poudre de flan délayée et laisser épaissir. Retirer du feu, soulever les blancs en neige dans le flan chaud.

6. Répartir le nappage sur les pommes et lisser la surface.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 45-50 min.

Laisser refroidir le gâteau puis retirer le cadre.

7. Délayer la gelée avec le calvados et en napper le gâteau. Laisser figer. Garnir de sucre en granulés et de quelques feuilles de citronnelle.

Gâteau à la pomme et aux amandes

Ingrédients pour une plaque :

Pour la pâte :
400 g de farine, 2 œufs
2 cuil. à café de levure chimique
100 g de poudre d'amandes
150 g de sucre, 1 sa. de sucre vanillé
225 g de beurre coupé en morceaux
5 gouttes d'extrait d'amande amère

Pour la garniture :
1 kg de pommes acidulées (par ex. boskop)
2 cuil. s. de jus de citron, 75 g de raisins secs
100 g d'amandes effilées, 50 g de sucre

Pour le nappage :
4 œufs, 1 pincée de sel, 150 g de sucre
1 sa. de sucre vanillé bourbon
200 g de crème fraîche
4 cl d'amaretto

Il faut également :
1 plaque à pâtisserie, film alimentaire
graisse pour la plaque
évent. un peu de farine

Renferme en tout : env. 169 g de protéines, 461 g de graisse, 915 g de glucides = 8.385 kcal = 35.100 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine avec la levure dans un saladier, ajouter tous les autres ingrédients et pétrir. Ramasser la pâte brisée en boule, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer au froid pendant env. 30 min.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les épépiner, couper en tranches. Les mettre dans un saladier, les arroser de jus de citron. Ajouter les raisins secs et les amandes aux pommes ainsi que le sucre.

3. Graisser la plaque. Abaisser la pâte raffermie sur la plaque en relevant un bord. Piquer le fond avec une fourchette pour éviter que la pâte ne se boursoufle à la cuisson. Etaler la préparation aux pommes sur la pâte.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 40-45 min.

4. Nappage : séparer les blancs des jaunes d'œufs. Battre les blancs en neige très ferme avec le sel et le sucre vanillé dans un saladier parfaitement propre. Les réserver au frais.

5. Dans un assez grand saladier travailler les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à obtention d'un mélange crémeux. Ajouter la crème fraîche et l'amaretto. Soulever les blancs en neige à la préparation.

6. Répartir le nappage sur le gâteau cuit, lisser le dessus. Enfourner le gâteau à nouveau à la même t° et poursuivre la cuisson pendant 10-12 min. jusqu'à ce que le nappage soit pris et jaune clair. Sortir du four et le laisser refroidir sur la plaque. Découper en parts rectangulaires.

Tarte fourrée à la pomme

AVEC DÉCO EN PÂTE D'AMANDE

Ingrédients :

Pour la pâte :

250 g de farine, 80 g de sucre
1 pincée de sel, 1 œuf
125 g de beurre clarifié froid

Il faut également :

farine pour le plan de travail
200 g de sucre
1 kg de pommes acidulées (par ex. boskop)
4 cuil. s. de jus de citron
3/4 l de cidre ou jus de pomme
2 sa. de poudre de flan à la vanille
150 g de pâte d'amande brute
100 g de sucre glace

Renferme en tout : env. 47 g de protéines, 184 g de graisse, 839 g de glucides = 5.458 kcal = 22.847 kjoules.

Préparation :

1. Préparer une pâte avec les ingrédients indiqués, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer env. 30 min. au réfrigérateur.

2. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en petits cubes et les arroser avec 3 cuil. s. de jus de citron.

3. Garniture : préparer un flan selon le mode d'emploi avec le cidre ou le jus de pomme, le sucre et la poudre de flan.

4. Abaisser la pâte et foncer un moule à manqué (26 cm Ø) en relevant un bord de 3 cm.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 15 min.

5. Incorporer les pommes au flan et répartir l'appareil sur la pâte.

2e temps de cuisson : env. 40 min. à la même t°.

6. Entre-temps pétrir la pâte d'amande avec 3 cuil. s. de sucre glace, l'abaisser sur le plan de travail légèrement saupoudré de sucre glace et découper des bandes d'env. 1 cm de large avec un couteau ou une roulette dentée. Disposer ces bandes sur la tarte en formant une grille.

3e temps de cuisson : env. 15 min. à la même t°.

7. Laisser refroidir la tarte dans le moule car elle est très fragile.

8. Préparer un nappage avec le reste de sucre glace et le jus de citron et napper la grille en pâte d'amande.

Conseil : vous pouvez ajouter du rhum ou un autre alcool à votre nappage, par exemple du calvados qui apportera une note raffinée à votre tarte.

Gâteau pomme et quetsche

Photo : CMA

Ingrédients :

Pour la pâte :

200 g de farine, 130 g de beurre

65 g de sucre, 1 jaune d'œuf

Il faut également :

4 cuil. s. de poudre de noisettes

500 g de pommes, 500 g de quetsches

Pour le nappage :

20 ml de lait, 100 ml de crème fleurette

3 œufs

1/4 cuil. à café de cannelle

1 sa. de sucre vanillé

et

graisse pour le moule

sucre glace pour saupoudrer

Renferme en tout : env. 67 g de protéines, 207 g de graisse, 369 g de glucides = 3.500 kcal = 14.651 kjoules.

Préparation :

1. Préparer une pâte brisée avec la farine tamisée, le beurre, le sucre et le jaune d'œuf, ramasser en boule et l'envelopper dans du film alimentaire. Laisser reposer env. 30 min. au réfrigérateur.

2. Abaisser la pâte en un cercle d'env. 30 cm Ø sur le plan de travail fariné. Foncer un moule à manqué (26 cm Ø) graissé en relevant un bord.

3. Répartir la poudre de noisettes sur la pâte. Éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, les râper, les répartir sur le fond. Laver les quetsches, les dénoyauter, couper en deux et poser sur les pommes.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
1. Temps de cuisson : env. 25-30 min.

4. Préparer le nappage avec les ingrédients indiqués et le verser sur le gâteau.

2e temps de cuisson : env. 25-30 min. à la même t°.

5. Saupoudrer le gâteau de sucre à la sortie du four. Laisser refroidir pendant env. 10 min. puis retirer l'anneau du moule délicatement et laisser refroidir complètement sur une claie à pâtisserie.

Gâteau à la pomme et croquant

Ingrédients :

Pour la génoise :

4 œufs
120 g de sucre
60 g de farine
60 g de fécule
1/2 cuil. à café de levure chimique

Pour la garniture :

4 feuilles de gélatine translucide
750 g de pommes
4 cuil. s. de citron
60 g de sucre
750 g de crème fleurette
3 sa. de sucre vanillé

Il faut également :

4 cuil. s. de croquant à la noisette
quelques feuilles de menthe

Renferme en tout : env. 60 g de protéines, 276 g de graisse, 444 g de glucides = 4.440 kcal = 18.586 kjoules.

Préparation :

1. Préparer la génoise comme indiqué à la p. 18. Garnir le fond d'un moule à manqué (26 cm Ø) de papier sulfurisé, l'entourer de l'anneau du moule. Répartir la pâte à biscuit dans le moule et lisser.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 25 min.

Laisser refroidir. Retirer l'anneau du moule et le papier sulfurisé délicatement.

2. Pour la garniture laisser détremper la gélatine dans de l'eau froide. Réserver 1/2 pomme pour décorer en imbibant la tranche de jus de citron pour qu'elle ne brunisse pas. Eplucher les autres pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en petits morceaux.

3. Mettre les pommes dans une casserole, les arroser de jus de citron, ajouter 1/4 l d'eau et le sucre et cuire à feu doux en remuant pendant env. 10 min. Presser la gélatine et la faire dissoudre dans la compote de

pomme.

4. Battre la crème fleurette en chantilly par portions avec le sucre vanillé. Trancher la génoise deux fois. Placer un anneau pâtissier autour du fond du bas.

5. Garnir le fond avec la moitié de la compote puis 1/4 de crème. Poser le deuxième fond par-dessus. Garnir également de compote puis avec 1/4 de crème et recouvrir avec le dernier fond.

6. Garnir tout le bord de crème. Déposer des rosaces de crème sur le dessus, garnir de croquant, de tranches de pomme réservée et de feuilles de menthe (v. la photo).

Ingrédients pour 1 plaque :

Pour la pâte :

400 g de farine
1 sa. de levure de boulanger déshydratée
50 g de sucre
150 ml de lait
100 g de beurre
2 œufs

Il faut également :

farine pour le plan de travail
graisse pour la plaque
75 g de beurre
3 cuil. s. de sucre
4 cuil. s. d'amandes effilées
6 feuilles de gélatine translucide
4 pommes acidulées (par ex. boskop ou cox orange)
1/8 l de jus de pomme
1 citron non traité
1/2 gousse de cannelle
2 sa. de sucre vanillé
1 sa. de poudre de flan goût amande
3/8 l de lait
2 cuil. s. de sucre

Renferme en tout : env. 60 g de protéines, 92 g de graisse, 288 g de glucides = 2.240 kcal = 9.377 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine dans un saladier. Délayer la levure dans le lait tiède, verser sur la farine et pétrir avec le beurre à t° ambiante et tous les autres ingrédients de la pâte. Couvrir et laisser monter env. 30 min.

Si vous voulez préparer la pâte à l'avance, couvrez-la et mettez-la au réfrigérateur, elle montra beaucoup moins vite.

Pour faire monter la pâte plus vite, placez-la sur la porte ouverte du four chauffé à 50°.

Pétrir la pâte encore une fois sur le plan de travail légèrement fariné.

2. Abaisser la pâte directement sur la plaque graissée (ou recouverte de papier sulfurisé).

Avec le manche d'une cuillère en bois faire des renfoncements dans la pâte …

… y déposer des noisettes de beurre.

Garnir d'un mélange d'amandes et de sucre.

3. Laisser monter encore une fois pendant 15 min.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 200°, four à chaleur tournante 180°, gaz t° 3.
Temps de cuisson : env. 25 min.

4. Entre-temps faire détremper la gélatine dans de l'eau froide. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en morceaux. Les faire étuver pendant 5 min. env. dans le jus de pomme additionné de cannelle et de zeste de citron découpé en spirale. Retirer le zeste de citron et la cannelle, incorporer le sucre vanillé. Ajouter la gélatine et la faire dissoudre en remuant sans cesse. Laisser refroidir la préparation.

5. Préparer un flan selon le mode d'emploi avec la poudre, le lait et le sucre. Laisser refroidir.

6. Env. 1 h avant de servir mélanger délicatement le flan avec la compote de pomme.

7. Découper le gâteau en quatre parts, trancher chaque part à l'horizontale.

Garnir les parties du dessous de crème à la pomme …

… recouvrir avec les dessus.

Laisser au froid jusqu'au moment de servir. Découper ensuite en parts.

Gâteau au beurre fourré de flan à la pomme

Gâteau à la pomme et crème chantilly

Ingrédients :

Pour la pâte :

350 g de farine

1 sa. de levure chimique

75 g de sucre

ou

1 sa. de préparation pour pâte à biscuit (Dr. Oetker)

et

200 g de beurre ou margarine

3 œufs, 50 ml de lait

100 g d'amandes effilées

50 g de sucre

1 sa. de sucre vanillé

Pour fourrer :

1 sa. de préparation Fruttina citron (Dr. Oetker)

50-75 g de sucre

200 ml de jus de pomme

200 ml de vin blanc sec

500 g de pommes (par ex. elstar)

Il faut également :

400 g de crème fleurette, 1 sa. de cremfix

1 sa. de sucre vanillé

Valeur nutritionnelle en fonction la pâte utilisée

Préparation :

1. Dans un saladier haut mélanger la farine tamisée additionnée de levure avec le sucre (ou la préparation pour pâte à biscuit), ajouter la graisse, les œufs et le lait, battre pendant 3 min. avec le batteur électrique réglé sur vitesse max.

2. Diviser la pâte en 3 portions. Etaler une portion sur le fond d'un moule à manqué (28 cm Ø) graissé, entourer avec l'anneau et garnir avec 1/3 d'amandes.

3. Mélanger le sucre avec le sucre vanillé et en répartir 1/3 sur les amandes.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 200°, four à chaleur tournante 180°, gaz t° 3.

Temps de cuisson : env. 10 min.

Cuire 3 fonds successivement en les démoulant sur une claie à pâtisserie dès la sortie du four.

4. Entre-temps préparer la farce : mélanger la poudre de flan avec le sucre et env. 6 cuil. s. de jus de pomme.

5. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en fines bûchettes. Les mettre dans le reste de jus et le vin, porter à ébullition, ajouter la poudre de flan délayée et laisser épaissir.

6. Poser un fond sur un plat à tarte, entourer d'un anneau pâtissier. Répartir la préparation à la pomme et recouvrir immédiatement d'un deuxième fond. Laisser refroidir.

7. Battre la crème fleurette en chantilly avec le sucre vanillé et le cremfix, répartir cette crème sur le 2e fond puis superposer le 3e fond en appuyant légèrement. Laisser reposer au réfrigérateur pendant env. 2 h. Retirer l'anneau au moment de servir.

Gâteau à la crème

Ingrédients :

Pour la pâte :
250 g de farine
50 g de sucre
1 flacon d'arôme de citron (de Schwartau)
1 pincée de sel
1/2 cube de levure de boulanger
135 ml de lait tiède
50 g de beurre
1 œuf

Pour la garniture :
1 kg de pommes acidulées (par ex. cox orange)
jus d'1 citron

Pour le nappage :
200 ml de crème fleurette
3 œufs
2 sa. de sucre vanillé bourbon
2 cuil. s. de cannelle
50 g de sucre
1 sa. d'arôme de citron
50 g d'amandes douces effilées

Il faut également :
feuilles en chocolat pour décorer

Renferme en tout : env. 91 g de protéines, 175 g de graisse, 488 g de glucides = 3.989 kcal = 16.698 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine dans un saladier, la mélanger avec le sucre, l'arôme de citron et le sel. Faire dissoudre la levure émiettée dans le lait tiède.

2. Ajouter la levure dissoute dans le lait, le beurre liquéfié et l'œuf à la farine et pétrir avec le batteur électrique pendant. env. 3 min. Couvrir la pâte et la laisser monter env. 30 min. à un endroit chaud

3. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner. Les couper en deux moitiés et les entailler en éventails. Les arroser immédiatement de jus de citron pour qu'elles ne brunissent pas.

4. Nappage : délayer la crème avec les œufs, le sucre vanillé, le sucre, la cannelle et l'arôme de citron.

5. Pétrir la pâte une nouvelle fois, l'abaisser en un cercle d'env. 30 cm Ø sur le plan de travail fariné. Foncer un moule à manqué (26 cm Ø) garni de papier sulfurisé en relevant un bord. Laisser monter encore une fois pendant env. 10 min.

6. Répartir les moitiés de pommes sur la pâte et napper avec la crème, garnir d'amandes.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 155°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 55 min.

Laisser refroidir pendant 10 min. puis démouler en retirant l'anneau. Garnir de feuilles en chocolat au moment de servir.

Ingrédients :

250 g de pommes de terre farineuses
un peu de sel
2-3 pommes
1 cuil. s. de jus de citron
1 cuil. s. de gelée de pomme
1 pincée de cannelle
200 g de farine
1 sa. de levure chimique
30 g de beurre ramolli
60 g de fromage blanc
1 cuil. à café de sucre vanillé

Pour le nappage :
50 g de sucre glace
1 cuil. s. de calvados

Pour le coulis :
200 g d'un assortiment de baies (fraîches ou surgelées)
1 cuil. s. de jus de citron
1 cuil. s. de sucre
quelques feuilles de citronnelle

Il faut également :
1 plaque à pâtisserie
papier sulfurisé

Renferme en tout : env. 36 g de protéines, 28 g de graisse, 322 g de glucides = 2.989 kcal = 12.512 kjoules.

Préparation :

1. Laver les pommes de terre correctement, les cuire dans de l'eau salée pendant env. 20 min. en fonction de la taille. Les égoutter, peler ...

... passer à la presse.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en petits dés. Les arroser de jus de citron, mélanger avec la cannelle et la gelée de pomme. Garnir la plaque à pâtisserie de papier sulfurisé.

3. Laisser décongeler les baies dans une passoire. Trier les fruits frais, les laver.

4. Mélanger la farine avec la levure et tamiser le mélange sur les pommes de terre. Ajouter beurre, fromage blanc et sucre vanillé, travailler rapidement pour obtenir une pâte homogène.

5. Abaisser la pâte sur une certaine épaisseur sur le plan de travail légèrement fariné.

RÉUSSIR SA GÉNOISE COMME UN PROFESSIONNEL ...

Pour obtenir une pâte légère et aérée il est indispensable de battre les blancs en neige.

Pour ceci séparer les blancs des jaunes d'œufs. Pour obtenir des blancs bien fermes il est important qu'il n'y ait aucune trace de jaune dans le blanc.

Les fouets et le saladier doivent être absolument propres. Battre de préférence les blancs en premier.

Battre les jaunes en incorporant le sucre progressivement, ainsi que le sucre vanillé le cas échéant. Ajouter 1 cuil. s. d'eau chaude par œuf.

Tamiser toujours la farine (avec la fécule et la levure chimique si précisé) pour obtenir une génoise bien moelleuse et l'incorporer progressivement à l'appareil. Travailler le tout avec le batteur.

Pour terminer laisser glisser les blancs en neige sur l'appareil et les soulever délicatement dans les jaunes au moyen d'un fouet.

Conseil : si vous désirez faire une roulade retournez le biscuit à la sortie du four sur un torchon saupoudré de sucre, retirez le papier sulfurisé et enroulez au moyen du torchon à partir d'un grand bord. Laissez refroidir dans le torchon puis déroulez.

Chaussons aux pommes

Photo : The Food Professionals

La pomme de terre est à la base de cette pâte

Avec une tasse découper 12 cercles d'env. 10 cm Ø dans la pâte.

6. Garnir la moitié de chaque cercle de 2 cuil. à café de préparation à la pomme en ménageant un petit bord. Rabattre les cercles garnis dans le milieu et souder les bords en appuyant légèrement. Déposer les chaussons sur la plaque préparée.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 20 min.

7. Entre-temps préparer le coulis. Mélanger les baies avec le sucre et le jus de citron, réduire en purée au mixeur.

8. Délayer le sucre glace avec le calvados et napper les chaussons aux pommes tiédis. Servir sur le coulis de fruits et décorer de feuilles de citronnelle.

CROUSTILLANTS AVEC UNE FARCE DÉLICATE

Ingrédients :

- **450 g de pâte feuilletée surgelée**
- **400 g de pommes**
- **jus d'1½ citron**
- **4 cuil. s. de crème de cacahuète**
- **1 cuil. à café de poudre de cannelle**
- **1 œuf**
- **menthe fraîche**
- **100 g de framboises fraîches ou surgelées**
- **2 cuil. s. de sucre**
- **1 cuil. s. de lait**

Renferme en tout : env. 50 g de protéines, 151 g de graisse, 272 g de glucides = 2.556 kcal = 10.699 kjoules.

Préparation :

1. Laisser décongeler la pâte feuilletée sur le plan de travail.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en très fines tranches. Les arroser de jus de citron.

3. Mélanger la crème de cacahuète avec la cannelle. Rincer la menthe, l'essorer et effeuiller.

4. Abaisser chaque plaque de pâte en un rectangle d'env. 11 x 22 cm et les diviser en deux carrés.

Garnir chaque carré de pâte d'une fine couche de crème à la cacahuète en ménageant un bord d'env. 1,5 cm. Séparer le blanc du jaune, badigeonner le bord de blanc.

5. Mélanger les tranches de pomme avec le sucre, les framboises et la menthe, déposer une cuillère dans le milieu de chaque carré de pâte.

Rabattre la pâte en formant un triangle …

… souder les bords en appuyant avec une fourchette.

6. Brouiller le jaune d'œuf avec le lait et dorer les chaussons aux pommes.

7. Rincer une plaque à pâtisserie à l'eau froide, y déposer les chaussons aux pommes.

Chaussons

aux pommes à la crème à la cacahuète

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 220°, four à chaleur tournante 200°, gaz t° 4.
Temps de cuisson : env. 20 min.

Décorez éventuellement avec de la menthe fraîche et des framboises au moment de servir.

DÉLICIEUSEMENT FOURRÉS DANS UNE PÂTE CROUSTILLANTE

Conseil : on peut également remplacer la pâte feuilletée de ces chaussons aux pommes par de la pâte brisée. Agrémentez la farce en ajoutant des raisins secs macérés dans du rhum aux fruits.

Gâteau fourré à la pomme et aux cacahuètes

Un délice bien caché

Renferme en tout : env. 80 g de protéines, 171 g de graisse, 528 g de glucides = 4.400 kcal = 18.414 kjoules.

Ingrédients :

Pour la pâte :

- **250 g de farine**
- **1 cuil. à café rase de levure chimique**
- **125 g de beurre ou margarine**
- **65 g de sucre, 1 œuf**
- **zeste râpé d'1 citron non traité**
- **1 cuil. s. d'eau**

Il faut également :

- **graisse et chapelure pour le moule**
- **farine pour le plan de travail**
- **1 kg de pommes aromatiques (par ex. boskop)**
- **100 g de sucre**
- **jus d'1 citron**
- **50 g de raisins secs, 2 cuil. s. de rhum**
- **125 g de cacahuètes épluchées**
- **125 g de sucre glace, 1 œuf**

Préparation :

1. Préparer une pâte avec les ingrédients indiqués, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer min. 30 min. au froid.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en tranches. Ajouter jus de citron, sucre, raisins secs et rhum et faire étuver env. 5 min. Laisser refroidir et égoutter.

3. Réserver quelques cacahuètes pour décorer, hacher le reste.

4. Graisser un moule à manqué (26 cm Ø), le saupoudrer de chapelure. Le foncer avec 2/3 de pâte, garnir le fond de la moitié des cacahuètes hachées, répartir les pommes par-dessus et finir par le reste de cacahuètes hachées.

5. Abaisser le reste de pâte, découper un cercle de la taille du moule et en recouvrir le gâteau. Dorer avec le jaune d'œuf brouillé.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 45 min.

6. Délayer le sucre glace dans 2 cuil. s. de jus de cuisson des pommes et napper le gâteau à la sortie du four. Garnir aussitôt de cacahuètes entières.

Tarte à la liqueur

Ingrédients :

Pour la pâte :

125 g de beurre ou margarine
200 g de farine
50 g de poudre d'amandes
75 g de sucre
1 sa. de sucre vanillé
1 œuf

Pour la garniture :

1 kg de pommes acidulées (par ex. elstar)
jus d'1 citron
2 cuil. s. de chapelure
25 g de beurre ou margarine
3 cuil. s. de sucre (roux)
125 g de gelée de pomme
3 cuil. s. de liqueur de miel

Il faut également :

farine pour le plan de travail

Renferme en tout : env. 48 g de protéines, 192 g de graisse, 372 g de glucides = 3.360 kcal = 14.065 kjoules.

Préparation :

1. Couper la graisse en gros cubes et préparer une pâte avec la farine tamisée, les amandes, le sucre, le sucre vanillé et l'œuf. La ramasser en une boule, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer min. 30 min. au froid.

2. Entre-temps éplucher les pommes, épépiner avec un vide-pomme, découper en rondelles d'env. 3 mm d'épaisseur. Les arroser immédiatement de jus de citron.

3. Abaisser la pâte en un cercle d'env. 28 cm Ø sur le plan de travail fariné et en foncer un moule à manqué (26 cm Ø) garni de papier sulfurisé en relevant un bord.

4. Répartir la chapelure sur le fond et garnir de rondelles de pomme. Arroser avec la graisse liquide et saupoudrer de sucre roux.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 155°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 60 min.

Laisser refroidir sur une claie à pâtisserie.

5. Entre-temps chauffer la gelée de pomme avec la liqueur et laisser mijoter 2-3 min. Napper la tarte refroidie et laisser figer.

Tout sur la pomme

Histoire

L'histoire de la pomme est presque aussi ancienne que celle de l'humanité. Les Syriens ont importé les premiers pommiers d'Asie mineure vers l'Egypte il y a env. 5000 ans. Les premières cultures de fruits remontent à la fin de l'ère de la pierre – vers 2000 avant J.C.
Lorsque les Romains arrivent en Germanie au tournant de l'ère, ils y trouvent des cultures de pommiers. Ils introduisent alors de nouvelles variétés ainsi que la technique particulière de greffage.

Acheter et conserver des pommes

Lorsque vous achetez des pommes, vérifiez en premier lieu que la forme et la couleur soient conformes à la variété. Veillez à ce qu'elles ne soient ni talées, ni pourries. La peau doit être lisse et intacte.
Conservez vos pommes de préférence sur un châssis en bois ou des planches dans une pièce aérée à une t° de 2-5°. Espacez si possible les fruits. La pomme se congèle très bien mais jamais entière. Coupée en morceaux, en jus, conditionnée dans des boîtes hermétiques, la pomme congelée se conserve entre 8 et 12 mois.

La pomme, un fruit sain

La pomme, peu calorique, est une véritable source d'énergie. Outre les vitamines C et B6, elle contient également des minéraux tels que du potassium et du fer en grande quantité. Beaucoup de stériles, en particulier la pectine, ont non seulement un effet bienfaisant sur les dents et les gencives, mais apportent un sentiment de satiété durable et favorisent le transit intestinal. Elles ont par ailleurs un effet positif sur le taux de cholestérol et la glycémie. Les substances appelées secondaires, lesquelles confèrent à la pomme leur jolie coloration rouge, ont un effet préventif contre le développement d'un cancer et un effet bénéfique sur la fonction cardiaque et la circulation sanguine.

Quelques variétés de pommes bien connues et appréciées :

Boskop verte : goût acidulé, rafraîchissante, aromatique, chair ferme, juteuse, friable à la longue

Boskop rouge : goût fruité et acidulé, rafraîchissante, aromatique, chair ferme, juteuse, friable à la longue

Braeburn : saveur sucrée, légèrement aromatique, chair ferme, craquante.

Cox orange : saveur sucrée et acidulée, arôme typique très prononcé, chair ferme, fine, agréablement friable à la longue

Elstar : saveur délicatement acidulée, aromatique, rafraîchissante, juteuse, craquante, couleur blanche-jaunâtre

Gala : goût fruité et sucré, arôme fin, chair ferme, craquante, juteuse

Gloster : délicatement sucrée, acidulée, chair vert-jaunâtre, juteuse.

Golden délicious : saveur sucrée, aromatique, pomme de caractère, légèrement acidulée, chair ferme, friable à la longue

Holsteiner Cox : saveur fruitée, pomme de caractère, aromatique, légèrement acidulée, chair jaune à crème

Idared : légèrement acidulée, chair ferme, blanche à rose pâle

Jonagold : saveur sucrée à délicatement acidulée, chair jaune, plus tendre par la suite et friable

Jonagored : sucrée et délicatement acidulée, chair jaune, juteuse, plus tendre par la suite

Pinova : aromatique et sucrée, légèrement épicée, juteuse, chair fine

Shampion : légèrement sucrée et acidulée, arôme délicat, chair ferme

Roulade à la pomme

UNE FARCE QUI ATTISE LA CURIOSITÉ

Ingrédients :

Pour la pâte :

4 œufs

3 cuil. s. d'eau

125 g de sucre

75 g de farine

50 g de fécule

Il faut également :

500 g de crème fleurette

2 sa. de cremfix

75 g de sucre

500 g de pommes juteuses, sucrées (par ex. idared ou jonagold)

2 sa. de sucre vanillé

jus de citron

1 pomme à peau rouge pour décorer

Renferme en tout : env. 46 g de protéines, 186 g de graisse, 438 g de glucides = 3.692 kcal = 15.455 kjoules.

Préparation :

1. Préparer une pâte à génoise avec les ingrédients indiqués (v. page 18). Cuire le biscuit sur une plaque à pâtisserie et l'enrouler à l'aide d'un torchon de cuisine.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 200°, four à chaleur tournante 180°, gaz t° 3.
Temps de cuisson : env. 12 min.

2. Battre la crème fleurette en chantilly avec le cremfix et le sucre.

3. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, râper grossièrement, les arroser aussitôt de jus de citron et saupoudrer de sucre vanillé. Soulever à la moitié de la crème battue.

4. Etaler cette crème sur le biscuit déroulé puis l'enrouler tout doucement.

5. Garnir avec le reste de crème.

6. Laver la pomme rouge, l'essuyer, la couper en quatre, épépiner, couper en fines tranches, l'arroser immédiatement de jus de citron.

Conseil : le jus de citron empêche que la pomme ne brunisse.

7. Délimiter les parts sur la roulade et décorer de tranches de pommes.

Gâteau à la pomme, 3 en 1

Egalement pour diabétiques !

Ingrédients pour 1 plaque :

Pour la pâte :

120 g de beurre ramolli

50 g de fructose

1/2 cuil. à café de saccharine liquide

3 œufs, 300 g de farine,
2 cuil. à café de levure chimique

papier sulfurisé et
papier aluminium

Pour la garniture :

1 kg de petites pommes acidulées

un peu de jus de citron

Pour le gâteau pomme et chocolat :

2 cuil. s. de nutella

Pour le gâteau pomme et citron vert :

2 citrons verts non traités
(ou petits citrons)

50 g de pinions de pin

Pour le gâteau pomme et crème :

2 œufs

125 ml de crème (10 % m.g.)

2-3 cuil. s. de confiture
de griottes (évent. pour diabétiques)

1 cuil. s. de copeaux de
chocolat noir (de régime)

Le gâteau pomme et chocolat renferme en tout : env. 20 g de protéines, 59 g de graisse, 165 g de glucides = 1.283 kcal = 5.371 kjoules.

Le gâteau pomme et citron vert renferme en tout : env. 24 g de protéines, 73 g de graisse, 150 g de glucides = 1.336 kcal = 5.592 kjoules.

Le gâteau pomme et crème renferme en tout : env. 36 g de protéines, 70 g de graisse, 183 g de glucides = 1.539 kcal = 6.442 kjoules.

Préparation :

1. Préparer la pâte : battre le beurre en mousse avec le sucre, incorporer les œufs et la saccharine en continuant de battre. Tamiser la farine additionnée de la levure sur l'appareil et soulever.

2. Garnir une plaque de papier sulfurisé. Avec des bandes de papier aluminium plié en plusieurs épaisseurs délimiter 3 segments de mêmes dimensions.

3. Eplucher les pommes, les couper en deux, épépiner. Les arroser de jus de citron pour éviter qu'elles ne brunissent.

4. Pour le gâteau au chocolat incorporer le nutella à un tiers de la pâte et lisser cette portion sur un tiers de la plaque. Inciser 4 moitiés de pommes plusieurs fois dans le sens de la longueur, les immerger dans la pâte.

5. Pour le gâteau au citron vert, laver les fruits, extraire le zeste avec un zesteur. Presser le jus, l'incorporer à un autre tiers de pâte et la lisser sur un tiers de la plaque. Découper env. 8 moitiés de pommes en fines tranches et les poser côte à côte sur la pâte. Garnir de pinions de pin et de zeste de citron.

6. Pour le gâteau à la crème répartir le dernier tiers de pâte sur le dernier tiers de la plaque. Râper le reste de pommes, répartir sur la pâte. Mélanger les œufs, la crème et la confiture, répartir le mélange sur les pommes.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 40-45 min.

Laisser refroidir le gâteau. Garnir la partie à la crème de copeaux de chocolat.

Tarte à la pomme avec nappage au fromage blanc

Ingrédients :

Pour la pâte :

100 g de farine

50 g de fécule fine

40 g de sucre, 1 sa. de sucre vanillé

60 g de margarine, 1 œuf

Pour la garniture :

600 g de pommes acidulées (par ex. boskop)

2 cuil. s. de jus de citron

2 œufs

1 pincée de sel, 90 g de sucre

1 sa. de sucre vanillé

jus et zeste d'1/2 citron non traité

250 g de fromage blanc

125 g de crème (10 % m.g.)

25 g de fécule fine

Il faut également :

1 moule à manqué (26 cm Ø)

graisse et chapelure pour le moule

film alimentaire

un peu de farine

2 cuil. s. de sucre glace, quelques feuilles de citronnelle

Renferme en tout : env. 90 g de protéines, 115 g de graisse, 395 g de glucides = 2.940 kcal = 12.300 kjoules.

Préparation :

1. Tamiser la farine avec la fécule dans un saladier, ajouter le sucre et le sucre vanillé et pétrir avec les ingrédients indiqués, ramasser en une boule, l'envelopper dans du film alimentaire et laisser reposer env. 30 min. au froid.

2. Entre-temps éplucher les pommes, les épépiner, couper en tranches. Les mettre dans un saladier et les arroser de jus de citron. Réserver.

3. Graisser le moule et répartir la chapelure sur le fond. Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Battre les blancs en neige très ferme avec le sel dans un saladier parfaitement propre. Réserver au réfrigérateur.

4. Sortir la pâte raffermie du réfrigérateur et l'abaisser en un cercle d'env. 30 cm Ø sur le plan de travail fariné. Foncer le moule en relevant un bord. Piquer le fond avec une fourchette pour éviter que la pâte ne se boursoufle à la cuisson. Garnir de tranches de pommes et remettre au froid.

5. Entre-temps battre les jaunes en crème avec le sucre et le sucre vanillé dans un gros saladier. Adjoindre le jus et le zeste de citron ainsi que le fromage blanc et bien travailler. Pour terminer incorporer délicatement la fécule et les blancs en neige.

6. Répartir la préparation sur les pommes dans le moule et lisser le dessus.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 40-45 min. (contrôler la cuisson avec une aiguille à tricoter).

Laisser reposer la tarte 15 min. dans le moule puis retirer l'anneau avec précaution. Laisser refroidir sur une claie à pâtisserie et décorer de sucre glace et citronnelle.

Photo : Unilever Bestfoods

Cake à la pomme

AGRÉMENTÉ DE FRUITS SECS

Ingrédients :

Pour la pâte :

80 g de raisins secs, pruneaux et abricots séchés

35 g de citron et d'orange confits coupés en petits cubes

500 g de pommes type gloster ou idared

350 g de farine

1/2 citron non traité

1 sa. de levure chimique

1 cuil. s. de cacao

80 g d'amandes entières non émondées

1 cuil. s. de kirsch

1 pincée de sel, cannelle, clou de girofle, anis et cardamome

Il faut également :

beurre et chapelure pour le moule

Renferme en tout : env. 73 g de protéines, 119 g de graisse, 536 g de glucides = 3.245 kcal = 13.280 kjoules.

Préparation :

1. Dénoyauter les fruits si nécessaire, couper tous les fruits en gros morceaux. Eplucher les pommes, les épépiner, couper en très petits cubes ou les râper grossièrement. Mélanger le tout dans un saladier. Laver le citron à l'eau chaude, râper le zeste, presser le jus. Ajouter le jus et le zeste aux fruits. Couvrir avec du film alimentaire et laisser macérer pendant env. 10 h.

2. Mélanger la farine, la levure, le cacao et les épices, tamiser le mélange dans un saladier. Ajouter les fruits macérés, les amandes et le kirsch et travailler afin d'obtenir une pâte homogène.

3. Bien graisser un moule à cake d'env. 30 cm de long, le garnir de chapelure et y lisser la pâte.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 200°, four à chaleur tournante 180°, gaz t° 3.
Temps de cuisson : env. 1 h.

Reste onctueux pendant longtemps enveloppé de film alimentaire

Conseil : vous pouvez remplacer une partie des fruits secs par des carottes râpées.

Cake onctueux à la pomme

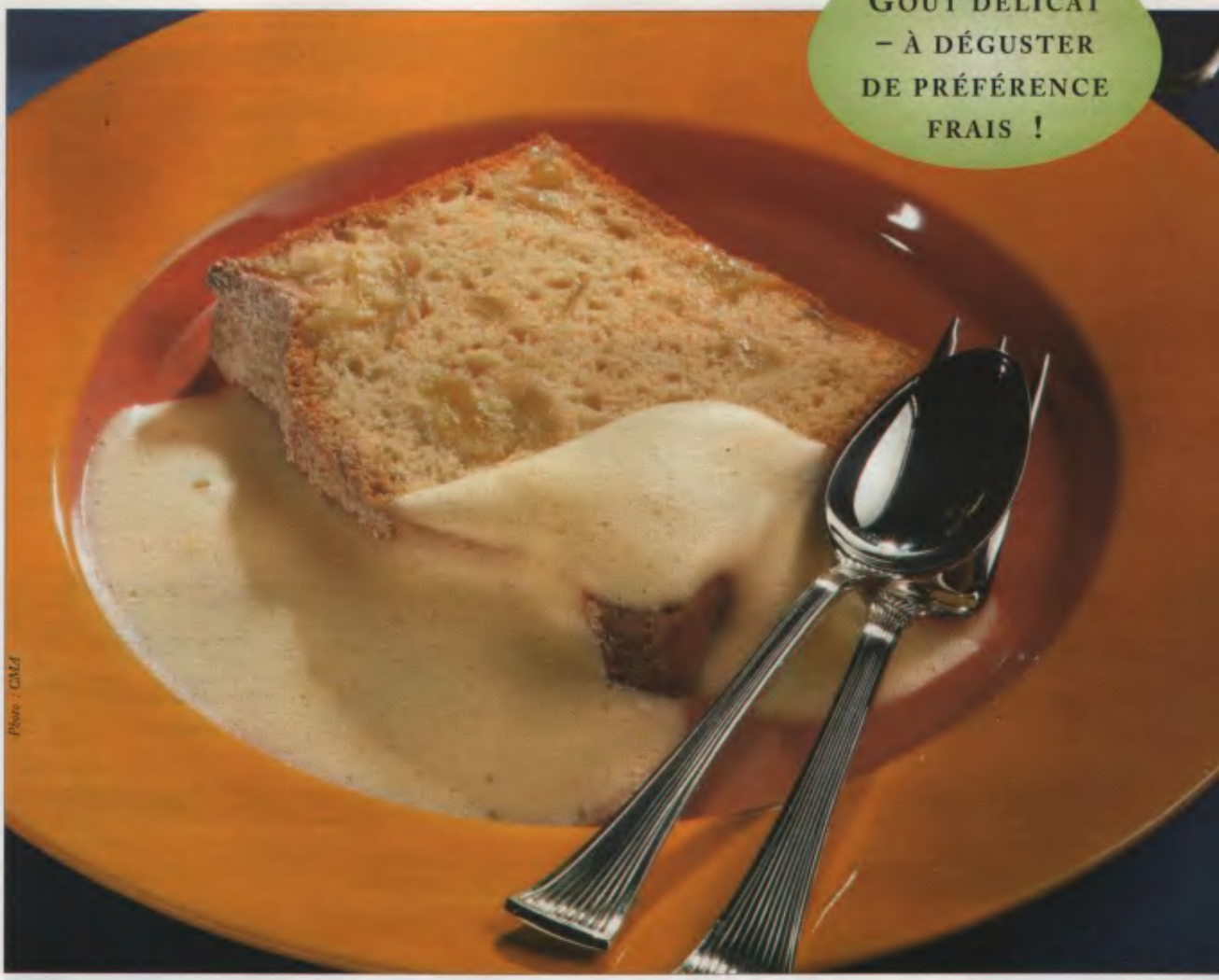

Photo : GMJ

Ingrédients :

4 œufs
250 g de sucre
1/2 sa. de levure chimique
250 g de farine
env. 3 pommes ou poires de taille moyenne
un peu de poudre de cannelle
1/2 citron non traité
Il faut également :
beurre pour le moule
sucre glace pour saupoudrer

Renferme en tout : env. 53 g de protéines, 27 g de graisse, 492 g de glucides = 2.508 kcal = 10.498 kjoules.

Préparation :

1. Eplucher les pommes ou poires, les couper en quatre, épépiner, couper en petits cubes et les arroser immédiatement de jus de citron.

2. Battre les œufs en mousse avec le sucre. Mélanger la farine avec la levure et tamiser le mélange sur les œufs, soulever avec une spatule. Ajouter de la cannelle et le zeste de citron râpé puis les fruits coupés en cubes.

3. Verser la pâte dans un moule à cake bien beurré d'env. 30 cm de long, inciser le dessus dans le sens de la longueur.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 180°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 30-35 min.

4. Démouler le cake sur une claie à pâtisserie au bout d'env. 10 min. Laisser refroidir et saupoudrer de sucre glace. Servir avec de la crème fouettée ou de la sauce à la vanille.

Gâteau léger à la pomme

SUR UNE PÂTE DÉLICIEUSE

Ingrédients :

Pour la pâte :

300 g de farine
1 sa. de levure chimique
150 g de fromage blanc maigre
6 cuil. s. de lait
6 cuil. s. d'huile neutre
75 g de sucre, 1 pincée de sel
1 sa. de sucre vanillé

Il faut également :

1 sa. de poudre de flan à la vanille
20 g de fécule, 75 g de sucre
3/8 l de lait
125 g de crème fleurette
1 jaune d'œuf
1.250 g de pommes, 2 cuil. s. d'eau
2 cuil. s. de confiture d'abricot
2 cuil. s. d'eau-de-vie d'abricot ou jus de citron

Renferme en tout : env. 74 g de protéines, 149 g de graisse, 675 g de glucides = 4.387 kcal = 18.364 kjoules.

Préparation :

1. Délayer la poudre de flan avec la fécule dans un peu de lait. Porter le reste de lait à ébullition avec le sucre, incorporer le mélange flan et lait et laisser épaissir. Laisser tiédir et incorporer le jaune d'œuf brouillé avec la crème fleurette. Remuer le flan de temps en temps jusqu'à ce qu'il soit froid.

2. Eplucher les pommes, les couper en quatre, épépiner, couper en tranches.

3. Préparer une pâte avec les ingrédients indiqués. Abaisser la pâte très fine sur la plaque garnie de papier aluminium, replier le papier plusieurs fois aux extrémités.

4. Répartir le flan sur la pâte, disposer les pommes comme des écailles.

T° de cuisson : four électrique préchauffé à 175°, four à chaleur tournante 160°, gaz t° 2.
Temps de cuisson : env. 40-45 min.

5. Faire chauffer la confiture d'abricot, la passer au chinois, délayer avec de l'eau, de l'eau-de-vie d'abricot ou jus de citron et napper le gâteau avec un pinceau.